

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08					
09				08:30 – 09:45 Yoga & Entspannung (10mal)	09:00 – 10:00 Schwangerschaftsyoga Start: 25.10.24 (8 mal)
10		09:00 – 10:15 Intensive Yoga (10mal)	09:00 – 10:15 Intensive Yoga (10mal)		
11		10:30 – 11:30 Rückbildungsyoga (10mal)	10:30 – 11:45 Yoga & Entspannung (10mal)	10:00 – 11:15 Yoga & Entspannung (10mal)	10:30 – 11:30 Rückbildungsyoga (8 mal)
12					
13					
14					
15					
16			15:30 – 16:45 Yoga & Entspannung (10mal)		
17	16:15 – 17:15 Schwangerschaftsyoga (8 mal)			16:45 – 18:00 Yoga & Entspannung (10mal)	
18	17:45 – 19:00 Yoga & Entspannung (Einstieg möglich)	17:00 – 18:15 (10mal)	17:15 – 18:30 Yoga & Entspannung (10mal)		
19		18:30 – 19:45 Yoga & Entspannung (10mal)	18:45 – 20:00 Yoga & Entspannung (10mal)	18:45 – 20:00 Yoga & Entspannung (Einstieg möglich)	
20	19:30 – 20:45 Männeryoga (10mal)				
21	Alle Kurse sind vom den Krankenkassen als Präventionskurse gemäß § 20 SGB V anerkannt. 80 % der Kursgebühr wird i.d.R. von den Krankenkassen erstattet. Preise der Kursblöcke: Präsenzkurse im Studio: 120 € / Onlinekurse per Zoom: 100 €				
22					